

DAFTAR PUSTAKA

- Adriani, R. B., Sulistyowati, D., Patriyani, R. E. H., Tarnoto, K. W., Suyanti, S., Suryanti, Rachmawaty, & Al., E. (2021). *Buku Ajar Keperawatan Gerontik* (M. S. Sudirma (ed.)). https://books.google.co.id/books/about/BUKU_AJAR_KEPERAWATAN_GERONTIK.html?id=ZGBZEAAAQBAJ&printsec=frontcover&newbks=1&newbks_redir=0&source=gb_mobile_entity&hl=en&gl=ID&redir_esc=y#v=onepage&q&f=false
- Badriyani, A., & Nurhidayah, N. (2024). Pengaruh Progressive Muscle Relaxation terhadap Tingkat Insomnia pada Lansia di Panti Wredha Maria Sudarsih. *Jurnal Terapi Wicara Dan Bahasa*, 2(2), 890–900. <https://doi.org/10.59686/jtwb.v2i2.125>
- Fadli, D. A., Wahyudi, E., Saputi, L. W., Iiyasa, M., Asdalita, R., Yusnia, R., Ramadani, D., Afriliani, L., Sodikin, M., Hernanda, R., Agustina, R. E., & Al., E. (2024). *Komunikasi Dengan Lansia* (M. Nasrudin (ed.); Cetakan ke). PT Nasya Expanding Management. https://books.google.co.id/books/about/Komunikasi_dengan_Lansia.html?id=uJn5EAAAQBAJ&printsec=frontcover&newbks=1&newbks_redir=0&source=gb_mobile_entity&hl=en&gl=ID&ovdme=1&redir_esc=y#v=onepage&q&f=false
- Indah, J., Sari, P., & Yanti, E. (2025). *Jurnal Penelitian Nusantara Perancangan Media Informasi Tentang Pengenalan Alat Musik Tradisional Minangkabau Menulis : Jurnal Penelitian Nusantara*. 1(April), 19–25.
- Jannah, D. S. M., & Hidajat, H. G. (2024). Analisis Faktor Penyebab dari Gangguan Tidur: Kajian Psikologi Lintas Budaya. *Psyche 165 Journal*, 17(3), 164–171. <https://doi.org/10.35134/jpsy165.v17i3.372>
- Julianti, R. D., Siregar, T., & Al., E. (2023). *Terapi Musik Dalam Mengatasi Burnout Perawat* (D. W. Mulyasari (ed.)). PENERBIT PRADINA PUSTAKA. https://www.google.co.id/books/edition/Terapi_Musik_dalam_Mengatasi_Burnout_Per/Tq--EAAAQBAJ?hl=id&gl=ID
- Nanik Yuniarti, Prasanti Adriani, & Suci Khasanah. (2024). Pengaruh Terapi Musik Gamelan Terhadap Kualitas Tidur Lansia di Desa Bateran kecamatan Sumbang 2021. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Masyarakat Dan Sosial*, 2(2), 45–57. <https://doi.org/10.59024/jikas.v2i2.731>
- Ners, P. S., Tinggi, S., Kesehatan, I., & Elisabeth, S. (2024). *Panti Yayasan Pemenang Jiwa Medan Tahun 2024 Panti Yayasan Pemenang Jiwa Medan*.

- Parmadi, B. (2022). *Musical Instrument 'Talempong Minangkabau' In Organological Study Alat Musik 'Talempong Minangkabau': Dalam Studi Organologi*. 1, 147–155. <https://doi.org/10.24036/humanus.v21i1.114208>
- Permatasari, L., Syarah, M., Hidayani, & Al., E. (2024). Perbandingan Pemberian Terapi Murotal Al-Quran Dan Senam Lansiat terhadap Kualitas Tidur Pada Lansia Di Tpm L Kabupaten Garut Tahun 2024. *Journal of Innvation Research and Knowledge*, 4, 10. <https://www.bajangjournal.com/index.php/JIRK/article/download/8854/6975>
- Puspitasari, I., Asih, S., & Andas, A. M. (2024). Analisis Intervensi Terapi Rendam Air Hangat Pada Kaki Terhadap Penurunan Insomnia Pada Lansia: Literature Review. *JINTAN: Jurnal Ilmu Keperawatan*, 4(1), 70–78. <https://doi.org/10.51771/jintan.v4i1.816>
- Rachmawati, D. S., Juwariyah, S., Tinungki, Y. L., Panglipurningsih, N. A. P., Sari, N. W., Aini, I., Handayani, E. S., Noventi, I., Simorangkir, D. S., & Al., E. (2023). *Keperawatan Gerontik Panduan Praktis Keperawatan Gerontik Untuk Perawat* (Efitra (ed.)). PT. Sonpedia Publishing Indonesia. https://books.google.co.id/books?id=CHrpEAAAQBAJ&printsec=frontcover&source=gb_mobile_entity&newbks=1&newbks_redir=0&hl=id&gl=ID&ovdme=1&redir_esc=y#v=onepage&q&f=false
- Sabila, F., Pooja, M., Bone, N., Robani, N. N., & Puspitasari, N. F. (2024). *Journal Healthcare Education e-ISSN 3032-6575 (online) Literature Review: Pengaruh Sleep Hygiene Practice Terhadap Peningkatan Kualitas Tidur Pada Lansia Journal Healthcare Education e-ISSN 3032-6575 (online)*. 6575, 37–47.
- Sari, R. P., Putri, A. N., Alvionita, D., & Anjani, D. (2024). Terapi Aktivitas Kelompok Terapi Musik Klasik Dengan Lansia Gangguan Tidur Di Panti Werdha Marfati Wisma Belakang Kota Tangerang. *Gudang Jurnal Ilmu Kesehatan*, 2(1), 33–35.
- Sayutri, R., Kurniawan, A. F., Munaf, Y., Johan, J. B., Malintang, G., Padang, K., Tim, P., Panjang, K. P., & Barat, S. (2024). *Nilai estetis alat musik rabab pesisir selatan*. 4(1), 13–18.
- Sugiarto, R. T. (2021). *Ensiklopedia Alat Musik Tradisional: Sulawesi Tenggara Hingga Sumatera Utara*. Hitam Pustaka. https://books.google.co.id/books?id=pDdlEAAAQBAJ&printsec=frontcover&source=gb_mobile_entity&newbks=1&newbks_redir=0&hl=id&gl=ID&redir_esc=y#v=onepage&q&f=false

- Suharti, S., Widhawati, R., Hadi, N., Muhafilah, I., Wulandari, Y., Nengsih, N., Mahaling, C. S. S., & Al., E. (2024). *BUKU AJAR KEPERAWATAN GERONTIK* (Efitra (ed.); Cetakan pe). PT. Sonpedia Publishing Indonesia. https://books.google.co.id/books/about/Buku_Ajar_Keperawatan_Gerontik.html?id=RComEQAAQBAJ&printsec=frontcover&newbks=1&newbks_redir=0&source=gb_mobile_entity&hl=en&gl=ID&ovdme=1&redir_esc=y#v=onepage&q&f=false
- Sukmawati, A. S., Rahmawati, Wahyuningsih, T., Yani, Teting, B., Putra, K. A. D., Pertiwi, G. H., Sastrini, Y. E., Muliani, N., & Al., E. (2024). *No Title Buku Ajar Keperawatan Gerontik* (P. I. Daryaswanti (ed.); Cetakan pe). PT. Sonpedia Publishing Indonesia. https://books.google.co.id/books?id=zVDzEAAAQBAJ&pg=PA2&dq=Astuti+dkk++2023+lansia&hl=en&newbks=1&newbks_redir=0&source=gb_mobile_search&ovdme=1&sa=X&ved=2ahUKEwiJt6_Wk9KLAxX2UGwGHRiWG3MQ6AF6BAgLEAM#v=onepage&q=Astuti dkk 2023 lansia&f=false
- Susilo, Y., Wulandari, A., & Al., E. (2023). *Semua Tentang Insomna* (M. Agustina (ed.)). Rumah Baca.
- Tanjung, D. (2024). *Gambaran Insomnia pada Lansia di Kepala Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Karsa Husada Garut Program Studi S1 Keperawatan*.
- Toercya, A. S., Arifin, A. N., Sari, T., & Ningrum, R. (2024). *Pengaruh Diaphragmatic Breathing Exercise Dan Deep Breathing Terhadap Kualitas Tidur Pada Lansia Wanita The Effect of Diaphragmatic Breathing Exercise and Deep Breathing on Sleep Quality in Elderly Women Abstract*. 2(September), 786–791.
- Umah, K., Twistiandayani, R., Studi, P., Keperawatan, I., Kesehatan, F. I., Gresik, U., Artikel, I., Musik, T., Jawa, G., & Insomnia, T. P. (2023). *Terhadap Tingkat Penurunan Insomnia*. 2(6), 37–46. <https://doi.org/10.58705/jpm.v3i1.246>
- Wang, C., Li, G., Zheng, L., Meng, X., Meng, Q., Wang, S., Yin, H., Chu, J., & Chen, L. (2021). Effects of music intervention on sleep quality of older adults: A systematic review and meta-analysis. *Complementary Therapies in Medicine*, 59, 102719. <https://doi.org/10.1016/j.ctim.2021.102719>
- Widya. (2016). *Mengatasi Insomnia : Cara Mudah Mendapatkan Kembali Nyenyak Anda* (M. Sandra (ed.); Cetakan II). Katahati.
- Yuliana, A. R., & Hafida, F. N. (2022). Penerapan Terapi Instrumental Keroncong Terhadap Penurunan Insomnia Pada Lansia : Studi Literatur. *Jurnal Profesi Keperawatan*, 9(1), 10–21.

Yuniartika, M. D. (2022). Asuhan Keperawatan Pemenuhan Kebutuhan Istirahat Tidur Pada Lansia Dengan Insomnia. *Poltekes Bengkulu*, 6(8.5.2017), 2003–2005.

Zunaedi, R. (2025). *Dengan Penyakit Tidak Menular Diposyandu Dawuhan*. 9, 811–819.

